



Sport & Aktivplan

Tag	Uhrzeit	Aktivität	Treffpunkt
Montag	08:00 Uhr	"Lauf Dich fit" mit Christina (Anmeldung am Vorabend)	Wellnessrezeption
	10:30 Uhr	Begrüßungscocktail & Vortrag „Insel Usedom Intim“	Wellnessrezeption
	anschließend	Führung durch den Spa - Bereich	Wellnessrezeption
	16:00,17:00,18:00 Uhr	Duftender Aufguss	Finnische Sauna
Dienstag	08:30 Uhr	Einklang in den Morgen (Klangschalenmeditation)	Wellnessrezeption
	10:30 Uhr	Führung durch den Spa- Bereich	Wellnessrezeption
	16:00,17:00,18:00 Uhr	Duftender Aufguss	Finnische Sauna
Mittwoch	08:30 Uhr	Wassergymnastik	Schwimmbad
	10:30 Uhr	Führung durch den Spa-Bereich	Wellnessrezeption
	16:00,17:00,18:00 Uhr	Duftender Aufguss	Finnische Sauna
Donnerstag	08:30 Uhr	Bauch-Beine-Po-Gymnastik	Wellnessrezeption
	10:30 Uhr	Führung durch den Spa - Bereich	Wellnessrezeption
	16:00,17:00,18:00 Uhr	Duftender Aufguss	Finnische Sauna
Freitag	08:00 Uhr	"Lauf Dich fit" mit Christina (Anmeldung am Vorabend)	Wellnessrezeption
	10:30 Uhr	Führung durch den Spa - Bereich	Wellnessrezeption
	16:00,17:00, 18:00 Uhr	Duftender Aufguss	Finnische Sauna
Samstag	08:30 Uhr	Einklang in den Morgen (Klangschalenmeditation)	Wellnessrezeption
	10:30 Uhr	Führung durch den Spa - Bereich	Wellnessrezeption
	16:00,17:00,18:00 Uhr	Duftender Aufguss	Finnische Sauna
Sonntag	08:30 Uhr	Wassergymnastik	Schwimmbad
	10:30 Uhr	Führung durch den Spa - Bereich	Wellnessrezeption
	16:00,17:00,18:00 Uhr	Duftender Aufguss	Finnische Sauna